

# 1月

桔梗が丘地区福祉便り

令和3年 1月号 (第225号)

## 陽だまり

桔梗が丘自治連合協議会

桔梗が丘地区民生委員児童委員協議会



### なかよし広場

12/15 クリスマス会を開催しました。28人の子ども達が参加。ピカピカ点灯するツリーや大きな雪だるま等、いつもと違う会場にわくわく。サンタさん手渡しのプレゼントに大喜びでした。いろいろな楽器で、みんなで「ジングルベル」の演奏を楽しみました。どうか、この子達全員が心身ともに健やかに成長する2021年でありますようにと祈るひとときでした。



### サロンだより

12/11 11ヶ月ぶりに5番町サロンを開催する事が出来ました。午前と午後の2部に分けて行いました。R高木さんのマジックショーと、まち保さんの椅子に座ってできる体操や防災タスキの説明があり、希望の方はタスキをいただきました。あっという間の1時間半で、皆様に楽しんでもらうことができました。



“ 支えあう

住みよい社会

地域から

“

明けておめでとうです。  
コロナの感染拡大が収まり、穏やかな1年になって欲しいと心から願います。わたし達が子どもの頃、もう60年以上前のことになりましたが、元日の朝、母は質素な和服の上に新しい真っ白な割烹着を着て、忙しそうに働いていたなあ。ささやかなお祝いの後学校に行き、校長先生のお話を聞いて、紅白のお饅頭をもらったなあ。雪が積もった年は大変だったなあ。と妙にはっきりとその時の服装や感覚までありありと思いつかれます。少し前のことは忘れていても、昔のことは記憶に残っているということ、写真や当時の物を見ていろいろ思い出し、脳を活性化させようとするものです。思い出したことを人に話したり、書いてみることで、効果がより増すようです。いつまでも生き生きと楽しく生活するため、一度やってみてはいかがでしょう。

### まちの保健室だより

名張ケンコー! マイレーン

知っていますか? (オレンジカードから緑のカードに代わりました)

健康増進につながる取組やイベント等に参加することで、ポイントが貯まり、特典をうけることができます。

5ポイント貯まったら、下記のいずれかで交換利用できます。ポイントを貯めて健康になろう

- とれたて名張交流館 500円分のお買い物券
  - ナッキー号乗車券(5回分)と交換→まちの保健室
  - 名張市区域指定ごみ袋(500円分)と交換→市役所 4F 環境対策室
  - 入浴補助券(500円分)【山水園・青蓮寺レークホテル・新町温泉・刈泉閣・名張の湯】
- \*各施設により入浴料が異なりますので差額は自己負担になります。



お問い合わせは名張市役所 健康・子育て支援室 63-6970 まで

まちの保健室 (桔梗が丘南市民センター内にあります)

TEL 65-1299

桔梗が丘市民センター TEL65-1206

地区民生委員児童委員

TEL